# 天津女大学生手淫自述

手淫时我喜欢抚摸阴蒂“我通常手淫，轻轻地抚摸阴蒂部位，不是直接刺激阴，而是刺激阴蒂上方的皮肤和周围的皮肤；然后我把一根手指放在阴蒂周围，来回有节奏地刺激阴蒂，并稍稍进行一种挤压。

要达到性欲高潮，一种因素是挤压的力量，一种是有节奏的刺激运动，另一种是保护阴蒂免受直接刺激。要做到最后一点，就要用阴蒂周围的皮肤来刺激阴蒂。最终绷紧肛门肌肉，专注性欲高潮，这有助于性欲高潮的到来。“我通常用自己的的手指开始揉擦阴蒂的侧面。有些时候我用一面镜子来观看自己的动作--我过去站在一面很大的镜子前面观看自己。

后来，由于我的手指通常并不真的能令我感到过瘾，我便拿出一个震荡器来用。有时我阅读色情刊物，有时我幻想色情的情景。有时我拿出润液，把它抹在我的乳房上和肚子上进行揉擦。我把震荡器贴在两条大腿之间的阴部裂缝处上下震动。一条腿通常膝部向上屈起，另一条腿展开，向上移动身体，以承接震荡器向下的震动。有时我用舌头舔湿手指，湿润奶头，捏弄奶头，晃动奶头，等等。有时我把震荡器插入阴道，抽出阴道，来回抽送，如同性交一样。”

“我用手指在阴蒂上来回揉擦，有时把几个手指稿我的阴道。我的大腿并拢在一起（这样我感觉较好因为一切都是紧绷绷的）。无论是我躺着或是我站立着，我通常都是上下运动，这样做总是能令我达到性欲高潮，不过学习怎么做能使我更快地或较慢地达到性欲高潮让我花了不少时间。”

“我的一只手抚弄阴蒂部位，另一只的的手指则插在阴道里或抚摸肛门。一开始我摸遍自己的全身，然后抚摸较为肉麻的部位。我列遍每一种形式，尝试所有的体位，直到我达到性欲高潮。跳裸体舞和肉感的舞是激发你的性欲的一种不坏的方法，把大腿分开，这样会有更在的运动空间。”

“我用不同的方式手淫。有时开始时刺激阴蒂部位，有时以刺激我的乳房开始，我在两方都使用圆形的动作来进行刺激，我常常用两只手，一只手刺激乳房，一只手刺激阴蒂；或者一只手刺激阴蒂，一只手稿阴道，或者阴道的开口处。我的手指在阴蒂和阴道（在阴门里面）之间快速颤动，这使我无数次达到性欲高潮。我刺激自己的性欲感觉，在性欲高潮到来之前停止刺激，接着再进行刺激直到我再也无法阻止性欲高潮的到来。

“要手淫时，我几乎总是需要某种东西比如色情文学来唤起性欲冲动。我躺在床上，仰面朝上，把紧身的短裤衩或睡觉时穿的贴身裤头脱下，因为我喜欢手淫时无一点阻碍。我用两个中间的手指围绕阴蒂部位做环形的和上下的揉擦。我揉擦几秒钟然后绷紧我的身体。当我知道性欲设法及将来临时我通常会有一种明确的毛绒绒的感觉，于是我就更用力地揉擦，大多数是上下揉擦。手淫时我的大腿分开。由于阅读的色情刊物的结果，我的阴部通常是湿润光滑的，要不我就用唾液，偶然我也使用冷霜湿润阴部。当我真正感到强烈的性欲冲动时，我常常轻度地拱起脊背，把另外一只手的手指从我阴道抽出，按在阴部上方的子宫部位向下挤压。”

“我最早手淫时用的是浴室喷头里的水，后来我用自己的手来手淫，现在我依然还是这么手淫。我用自己右手的中指用力地上下揉擦阴部，越是接近性欲高潮我揉擦的速度就越快，有时我把一个手指深深地插入,同时大拇指与阴蒂保持接触。我收紧阴道的肌肉，这样做好象对强化性感觉有用。有些时候我把整个身体向上猛烈耸动摇动身体后面的双脚，最后使我的胸部、身体和性部位向上翘起，脸朝着天。我最痛快过瘾的时候是，把我的大腿尽量分开，它给我一种最大限度的开放感觉，我曾经试用过黄瓜，也用过震荡器，但给我的感觉是我有点儿不是自己了--不仅仅是我了，我要说的就这么多。”

“我手淫的方式多种多样，不过通常我把手指合拢在一起在我的阴蒂上来回快速的揉擦。对妖嫩皮肤过多的摩擦刺激使我感到不舒服，所以我通常穿上贴身的裤衩，有时我不穿裤衩我把一个手指插进阴道里，大拇指贴在阴蒂上，将它们（两个手指）朝着中间挤压。从童年时代到三十多岁这段时间，我曾经把很多种东西插进阴道里，从小冰块到口红--随便什么东西--有一次妈妈发现熟睡中的我的两腿之间插着的手电筒仍然在亮着，那种温暖的感觉挺舒服的。”

“我手淫时有好几种方式和心理状态。第一种是最快速的手淫，由于缺乏性欲满足，阴蒂感觉不适，我就用几秒钟的电动牙刷、水喷头、或者震荡器，然后起身走开。但当我想要让全身的感觉都舒服时，都获得性的满足时，我就花更多的时间让全身享受性感的快乐。我取出人工阴茎有时是我的管状器具，真正使自己完全沉浸美妙的性的回忆和想象及和人体验到的这类情景之中。我可以让自己一两个小时享受这种身体的性感快乐。